



Sonntag, den 22.08.2004

18.30 - 18.45

Heilen durch Hören

Musik gegen Migräne / Musik als
Gedächtnistraining / **Psychophonie** /
gesundheitstelegramm

Wh. von 7.8.2004, 08:30

Musik gegen Migräne

Wer bei Musiktherapie an sanfte Berieselung mit meditativen Klängen denkt, liegt völlig falsch - zumindest, was die Musiktherapie der Fachhochschule Heidelberg anbelangt. Als erste Einrichtung in Deutschland bietet die Hochschule eine besondere Behandlung für Kinder an, die unter Migräne leiden. Anders als in anderen Therapien, wird hier nicht über Probleme geredet. Stattdessen sollen die kleinen Patienten lernen, sich aktiv ihrem Schmerz zu stellen. Das Ziel: Weg von der hilflosen Opferrolle hin zu widerstandsfähiger Energie gegen das Hämmern im Kopf. Laute Trommelschläge und das musikalische Zusammenspiel mit geschulten Therapeuten helfen den Kindern auf diesem Weg. Werden Migräne-Patienten frühzeitig behandelt, wirkt sich das positiv auf den weiteren Krankheitsweg aus. Im besten Fall kann die Heidelberger Musiktherapie vorbeugen helfen, dass der Kopfschmerz nicht zu einem chronischen Problem wird.

Musik als Gedächtnistraining

Musik gilt als Sprache des Gefühls, als hohe Kunst und angenehme Unterhaltung. Doch Musik kann noch mehr. Wer Musik macht, betreibt Gedächtnistraining vom Feinsten - diese Ansicht vertritt Professor Lutz **Jäncke**, Neuropsychologe an der Universität Zürich. In verschiedenen Untersuchungen hat er sich intensiv mit den Gehirnen von Profi-Musikern beschäftigt. Sein Fazit: die regelmäßige Beschäftigung mit Musik hinterlässt Spuren im Gehirn, führt zu Vergrößerungen bestimmter Areale, die beispielsweise für Motorik, Sprache und Gehör zuständig sind. Je früher man mit dem Musizieren beginnt, desto ausgeprägter sind die Bewegungen. Doch auch in fortgeschrittenem Alter lassen sich die Verknüpfungen noch gut aktivieren.

Psychophonie

Die **Psychophonie** tritt Kopf- und Migräneschmerzen dort entgegen, wo sie entstehen. Ohne Medikamente kann das Hämmern im Kopf therapiert werden. Die individuellen Hirnströme des Patienten werden in Töne übersetzt und auf einer Kassette aufgezeichnet, die der Betroffene sich im Rahmen der Therapie regelmäßig anhören muss.